

HERZ- UND PSYCHE PFLEGE

Programm für 14. September – 18. September 2026

(Änderungen vorbehalten)

Seminarleitung: **Frau Du Hong Lena, Prof. h.c. Sui Qingbo**

Sonntag	Anreise zum Bildungszentrum, Schwarzenberg a.B./OÖ	
Montag bis	07.30 – 08.30 Uhr	TaiJi QiGong 18 Bewegungen und Acht Brokate
Freitag	10.30 – 12.00 Uhr	Geh-Meditation XiXiHu (Theorie und Praxis)
	15.00 – 16.00 Uhr	Herz-QiGong
	16.00 – 17.00 Uhr	Selbst TuiNaAnMo – Meridianklopfen – Meditation
	17.30 Uhr	Selbststudium
Samstag	09.30 Uhr	Abreise/Abfahrt Sammeltaxi!

Wichtige Infos:

Zum Unterricht bitte genügend zum Trinken mitbringen, damit du für deinen Flüssigkeitshaushalt sorgen kannst.

Für die Gehmeditation ist es wichtig, dass deine Hände frei sind um die Übungen ungehindert durchführen zu können.

Seminarort/Anmeldung:

**Bildungszentrum für Chinesische Medizin & Lebenspflege
Lebenspflege Weg 1, 4164 Schwarzenberg a. B., Österreich
Tel.: +43 670 4008883**

Webseite: www.tcm-lebenspflege-schwarzenberg.at

E-Mail: info@tcm-lebenspflege.at